

Bonjour à tout le monde!

Je m'appelle Cinzia, j'ai 29 ans et j'habite en Suisse allemande. Au mois d'août 2007, je suis revenue de New York, où j'ai été guérie du vaginisme. Mais je commence du début:

À partir de l'âge de 12 ans, j'ai été abusée sexuellement pendant des années, mais sans pénétration.

À l'âge de 15 ans, je me suis rendue compte que quelque chose n'allait pas avec moi. Je ne pouvais pas insérer de tampons. Plus tard, je me suis rendue compte qu'une visite gynécologique n'était pas possible, et de rapports sexuels non plus...

En 2002, j'ai rencontré mon mari. Après un certain temps, nous avons décidé de voir un sexologue. Il m'a dit que mon problème était le vaginisme. Il m'a donné une chance de guérison de 30% ... Je ne suis allée que trois fois, je pensais que j'appartenais sûrement à l'autre 70 %...! Nous avons laissé reposer le problème pour le moment et nous avons pensé qu'un jour, nous aurions des rapports sexuels.

En 2004, nous nous sommes mariés, et nous avons espéré que maintenant ce sera différent, naïf ...! Avant le mariage, j'avais commencé une psychothérapie, qui a été bonne pour beaucoup de choses, mais pas en ce qui concernait le vaginisme.

L'année dernière, j'ai découvert en Internet le site d'une clinique tout près de New York. Les rapports des patientes traitées m'ont impressionnée beaucoup. J'étais pleine d'espoir qu'il y avait quelque part dans le monde une solution à mon problème. Les rapports étaient très libérateurs. Enfin, je savais qu'il y a beaucoup de femmes qui souffrent de vaginisme. Et toutes se sentent seules et isolées. L'idée de prendre l'avion pour New York était pour moi encore folle. Mon mari et moi savions aussi que ce voyage serait très cher et nous étions convaincus qu'en Europe, peut-être même en Suisse, il y avait un centre pour soigner le vaginisme. Alors j'ai cherché à nouveau et trouvé de nouvelles sur Internet, le nouveau site d'un centre à Bâle en Suisse. Le site était très convaincant. Il semblait que ce centre offrait à peu près la même chose que la clinique à NY, seulement beaucoup moins cher. Pourquoi aller à NY si je pouvais être guérie en Suisse? C'est comme ça que j'ai choisi le centre en Suisse et à partir de février 2007, j'y suis allée deux fois par semaine. La dame travaille avec les dilatateurs de l'Amielle-Set et des exercices du plancher pelvien. J'étais très heureuse de pouvoir insérer quelque chose dans mon vagin! Mais à partir de la troisième taille, j'ai eu des gros problèmes. Également, à plusieurs reprises, il y avait des jours, où je ne pouvais rien insérer. Puisque la femme n'est pas un médecin, elle est limitée dans sa capacité. Par exemple, elle ne peut procéder à aucun examen gynécologique. Elle a essayé de m'aider avec des conseils et elle a fait ce qu'elle pouvait. Avec les dilatateurs je ne faisais pas de progrès et insérer un tampon était impossible en dépit de mes efforts. Difficile pour moi, c'était aussi que j'avais toujours à faire des nouveaux devoirs lesquels n'étaient pas contrôlés par la dame. J'avais à écrire des journaux, dessiner, insérer les dilatateurs dans diverses positions, lire des livres. J'avais l'impression de ne jamais faire assez. La pratique à la maison réclamait beaucoup de temps et je ne pouvais insérer les dilatateurs que très lentement et avec beaucoup de concentration et nouvelles techniques de respiration. Dès que je réussissais à insérer un dilatateur, nous avons procédé à la prochaine taille. Il n'y avait aucun système avec les exercices des dilatateurs. Mon mari s'est demandé sérieusement, comment nous pourrions avoir des rapports sexuels si la pratique avec les dilatateurs est si difficile. L'un de mes objectifs était aussi de pouvoir avoir un examen gynécologique sans aucun problème. Dans le programme était prévu une visite chez une gynécologue à la fin de la thérapie. Elle m'a dit à plusieurs reprises que je n'avais pas à m'inquiéter. Elle m'a dit qu'aujourd'hui c'est possible de demander à la gynécologue d'insérer le spéculum nous-mêmes. Elle était de l'avis que ces médecins sont partout. Je sais que ce n'est pas la pratique habituelle, et que mon gynécologue aurait été très surpris par une telle proposition ... De plus en plus, j'ai eu l'impression que je ne faisais pas de progrès à Bâle. J'ai commencé à perdre le courage. Après 3 mois, j'étais épuisée et j'ai cassé le traitement. La dame était très déçue et m'a écrit: "Le fait est que tu es proche de la conclusion, mais tu ne veux plus continuer, ce qui est très regrettable." Je lui ai demandé une fois de me donner les noms de quelques patientes qui ont été guéries par elle. Elle ne m'a donné aucune adresse, et elle a dit que personne ne veut parler ...

Avec mon mari, j'ai décidé, à ce moment-là, d'aller à New York! Tout d'abord, j'ai acheté le livre et le DVD de cette clinique.

Très désespérée, j'ai demandé aux deux médecins, si elles ont une place pour moi. C'était la mi-mai et j'ai reçu une date pour la fin du mois de juillet. J'étais ravie! Néanmoins, il me semblait un long délai d'attente. Je ne pouvais plus supporter ma situation; je voulais enfin être débarrassée de ce problème!

Ce centre m'a donné les numéros de téléphone de deux dames allemandes. Je les ai appelées et j'ai pu poser beaucoup de questions. Les dialogues et leurs rapports de guérison m'ont encouragés beaucoup. Il s'agit d'un programme intensif de 2-3 semaines. Néanmoins, j'avais une certaine incertitude et j'avais peur que la thérapie n'allait pas fonctionner pour moi!

Dans le temps qui restait jusqu'à la fin de juillet, j'ai travaillé dur sur mon anglais afin d'être capable de faire de la conversation. Une connaissance de base d'anglais est nécessaire, mais une des deux thérapeutes parle un peu de français. Le jour du départ est venu, et nous étions joyeux, excités, nerveux et pas sûrs que nous ne serons pas déçus.

Lundi, nous avons rencontré les deux médecins.

Le premier jour, était dédié à la connaissance réciproque et j'ai raconté l'histoire de mon vaginisme. Dans le reste du temps, nous avons reçu beaucoup d'informations sur New York et ses environs. Pour les médecins, il est important non seulement le traitement du vaginisme, mais aussi que, pendant les deux semaines, nous voyons quelque chose de New York / Long Island et que nous allions passer des bons moments. Alors, le premier jour, elles nous ont donné des chaises pour la plage, plusieurs informations pour trouver des restaurants, des boutiques, des attractions, mini terrains de golf, des plages et beaucoup d'autres choses encore.

Au deuxième jour le traitement a commencé. Une des deux thérapeutes m'a montré avec un miroir mes parties génitales, et elle me les a expliquées. Ensuite, elle a essayé d'insérer étape par étape un doigt. J'ai senti augmenter la panique en moi, je n'avais pas attendu ça. Je ne voulais pas être touchée, j'avais peur et j'ai pleuré. Les médecins m'ont dit que je devais trouver quelque part en moi une partie de force et d'énergie qui sont plus grandes que la crainte. La colère sur le vaginisme doit être plus forte que la peur. Après une première forte crise, l'insertion du doigt a été possible pour la première fois le mercredi, et comme ça j'ai pu commencer à travailler avec les dilateurs.

Avec le temps j'ai commencé à croire aux médecins et à comprendre que tout est bien dans mon vagin. Il s'agit simplement de la peur, qui provoque les douleurs et la contraction du muscle. Grâce à la pratique systématique des dilateurs et grâce aux changements dans les modes de pensées, les craintes ont commencées à être progressivement plus faibles. Au début, il m'a fallu du temps pour m'habituer à l'insertion des dilateurs. J'étais inquiète à cause de la brûleur que je ressentais et de la désagréable sensation que j'appelais douleur. Contre la brûleur, j'ai bu du thé à l'ortie et j'ai prit des bains à la lavande, ces choses m'ont été données par les médecins. La désagréable sensation que j'appelais douleur, de plus en plus a diminuée. Chaque jour, j'ai vu que c'était toujours plus facile d'insérer quelque chose dans mon vagin.

Au cours des deux semaines et demi, nous avons beaucoup travaillé avec les termes Cinzia 1 et Cinzia 2. La première Cinzia est courageuse, elle travaille, elle combat et elle décide pour elle-même. Cinzia 2 est effrayée. À peine elle ressent quelque chose de désagréable et du mal, elle se bloque. Elle est déterminée par ses craintes, ses doutes et elle résigne rapidement. J'ai appris à être consciente de ces deux états. C'était mon grand travail! Cinzia 2 était très forte! Même si j'appréciais des bons moments et je pouvais insérer des dilateurs toujours plus grands, je retombais dans mes vieilles habitudes et mes craintes. Alors j'ai fait de nombreuses crises et après une semaine, je ne savais pas vraiment si je serais guérie. Je suis profondément impressionnée par la façon dont ces médecins ont travaillé avec moi. Souvent, elles ont dû être déterminées et très strictes, pour que je n'abandonne pas. Grâce à leur vaste expérience et leurs connaissances elles m'ont aidée à mobiliser en moi mes forces affaiblies, afin que je pouvais me battre et croire en moi-même. Ce n'est pas que le vagin est propriétaire de moi - je possède le vagin. Je suis le chef de ma propre maison et de mon vagin. J'espère que vous comprenez cette image. Cela se passe réellement dans votre tête. Enfin, c'est la combinaison de pratique systématique et le changement de son propre auto-portrait, l'étonnant succès. À un certain moment, tout a changé. Nous avons pratiqué l'examen gynécologique à plusieurs reprises, de fois en fois toujours plus facile; une incroyable réussite pour moi! Aussi, ce n'était plus un problème quand une des deux femmes m'insérait les dilateurs. Je pouvais céder le contrôle. Et comme ça j'étais prête pour les rapports sexuels! Après toutes ces années de souffrance et les symptômes des maladies psychosomatiques associés, ce fut un grand moment de victoire! J'ai pu faire l'amour avec mon mari! Il a vraiment fonctionné! J'étais la femme la plus heureuse du monde! En dépit de mes crises, après seulement 8 jours de traitement, je pouvais insérer tous les dilateurs, les

applicateurs médicaux, les tampons, avoir des rapports sexuels et avoir l'examen gynécologique.

Une semaine après mon vol de retour, je me suis rendue chez mon gynécologue, et il n'a pas compris ce qu'il s'est passé..., j'ai été absolument parfaite! ! ! La visite n'a même pas été désagréable, juste neutre! Il n'était qu'un jeu d'enfant. Dans le passé, je pleurais avant qu'il essayait d'insérer quelque chose ...

Je peux seulement dire que dans cette clinique travaillent deux personnes compétentes, qui savent ce qu'elles font et vaginisme est leur spécialité! Je n'oublierai jamais ces deux femmes merveilleuses; elles sont les plus importantes dans ma vie. Grâce à leur aide, j'ai pu être libérée de mon grand problème.

Un tel voyage coûte beaucoup d'argent. Mais ce voyage est d'une valeur inestimable! Les deux femmes sont accessibles 24 heures par jour. Elles font ce travail avec un cœur si grand que, avant, je n'aurais pu imaginer. Un seul exemple: J'ai dit que j'aime faire des puzzles. Un jour, une des deux femmes est venue avec un très joli puzzle de New York, qui brille dans la nuit, et un tapis pour le puzzle pour que je puisse le transporter en Suisse.

Non seulement je suis guérie de vaginisme. Non, j'ai gagné deux amies pour la vie! Même après la thérapie, elles sont toujours là pour moi et mon mari, si nous avons besoin d'elles.

Dans un premier moment, le prix de cette thérapie étaient pour nous comme beaucoup d'argent parce que nous ne sommes pas riches. Après la thérapie, je trouve la somme correcte. J'ai obtenu de ces deux femmes quelque chose qui n'a pas de prix. Elles nous ont donné les outils à la main, comment nous pouvons vivre heureux. Elles nous ont donné beaucoup de courage, le pouvoir de lutter et de croire en nous-mêmes. Et cela c'est inestimable! Parfois je me demande pourquoi nous ne sommes pas allés à New York plus tôt? Je pense que tout a son temps. Et maintenant, c'était le bon moment pour moi. Sans la longue histoire de souffrance, sans l'expérience du sexologue et du centre en Suisse, je n'aurais pas été prête pour New York.

Je sais aussi que certaines femmes peuvent traiter leurs vaginisme par leurs propres moyens. Je n'appartenais pas à ce type de femmes. J'avais absolument besoin d'aide!

Pour célébrer mon succès, mon mari et moi avons décidé de faire notre lune de miel le dernier octobre. Donc, nous avons passé 10 merveilleux jours en Espagne.

Maintenant les rapports sexuels ont gagné aussi de spontanéité.

Mon mari et moi sommes comblés, je ne peux pas remercier assez! Une nouvelle vie a commencée, c'est pour ça que nous avons appelé cette expérience, "le vol dans la nouvelle vie"!

Si vous avez des questions sur cette thérapie, si vous voulez avoir le nom de cette clinique et leur website, vous pouvez m'écrire à cette adresse: [edit](#) et je vous répondrai avec plaisir.

En plus, j'ai donné le nom de cette clinique et leur website à TitPuce aussi, l'administrateur du forum.

Cinzia